

人間関係でいつも疲れてしまうあなたへ

人間関係についての考え方が楽になる「2対7対1の法則」



あなたの周りに10人いるとしたら...

2人

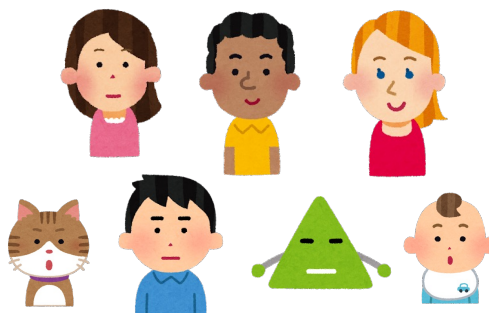
気が合う人



無条件であなたのことを
理解し、親友になれる人。

7人

どっちでもない人



どっちでもなく、その時々
の状況や気分などであなたとの
関係を変えてくる人。

1人

気が合わない人



どんなことがあっても
あなたを否定・攻撃する人。
どうががんばっても
仲良くなれない人。

多少の差はあるにしても、 人が10人いると

それぞれとの関係はこんな感じになると言われている。

人間関係でいつも疲れてしまうあなたへ

2 人

気が合う人



7 人

どっちでもない人



1 人

気が合わない人



この法則から言えること

- ◇ 全員から好かれるということは無理であり、どこに言っても、かならずだれかからは嫌われるということ。なのでみんなから好かれる、を目標にすることはやめた方が良い。
- ◇ だれかから嫌われたとしても、それはあなたが悪いわけではない、ということ。
- ◇ 気が合わない 1 人のことは「気にしない」「なるべくスルー」が良い。
- ◇ 気が合う 2 人との時間をなるべく増やすこと、どっちでもない 7 人の中で、あなたにとって重要な人とうまくやっていくにはどうしたらいいかにエネルギーを使うこと。それ以外の人とのコミュニケーションは、適当で十分。